

Wie Gabriele Schwarz (51) die Fibromyalgie besiegte

## „Ein Stollen nahm mir die Schmerzen“

15 Jahre litt die Nageldesignerin – bis sie Kuren im Radon-Wärmestollen machte



Gabriele genießt ihr neues Leben. Kuren im Heilstollen machen es möglich

**A**ngefangen hat es mit Schmerzen in Armen und Beinen. Sie breiteten sich dann schleichend immer weiter aus“, erinnert sich Gabriele aus Kefenrod an die Zeit vor 15 Jahren. Nachts findet sie keine Ruhe mehr, zeitweise können ihre Hände nichts mehr halten, weil Gabriele sie nicht schließen kann. Die Schmerzen, der Schlafentzug und ständige Erschöpfung setzen ihr zu. Immer öfter verbringt sie ganze Tage auf der Couch. Gabriele: „Schon ein paar Stunden Arbeit im Nagelstudio brachten mich an meine Grenzen. Ich fühlte mich total handlungsunfähig.“

**Ein Arzt findet bald heraus:**

Gabriele hat Fibromyalgie, eine chronisch-rheumatische Schmerzerkrankung des ganzen Körpers. Es folgt eine jahrelange Zeit der Tabletten – aber der tägliche Cocktail aus Schmerzmitteln und Antidepressiva zur Muskelentspannung hilft nicht. Ganz im

*„Ich muss mich nicht mehr zu Hause verkriechen“*

Gegenteil. Die ehemals so aktive Mutter von zwei Kindern nimmt im Laufe der Jahre 20 Kilo zu und leidet auch unter hämmernden Kopfschmerzen. „Ein Neurologe bescheinigte mir dann auch noch eine Tablettensucht und führte meine fürchterlichen Kopfschmerzen auf die hohe Medikamentendosis zurück.“ Nach einem ambulanten Entzug nimmt sie fortan keine Tabletten mehr. Sie hält durch, obwohl ihr Körper an vielen Stellen wieder stark schmerzt. Kein Arzt kann ihr andere Hilfen in Aussicht stellen.

Dann die Wende: Die Hessin hört von der Radon-Wärmetherapie. Gabriele ist zunächst skeptisch, aber auch voller Hoffnung. Sie meldet sich zu einer Kur im Gasteiner Heilstollen im Salzburger Land (Österreich) an. Dort

wurde im 16. und 17. Jahrhundert Gold geschürft. Gabriele fährt mit dem Heilstollenzug 2,5 Kilometer ins Berginnere und ruht dort auf einer Liege. Schon nach drei Anwendungen spürt sie die erleichternde

Wirkung des natürlichen Heilklimas (siehe Kasten unten). Seit zwei Jahren macht Gabriele Schwarz nun regelmäßig die Therapie und genießt danach Monate ohne Schmerzen. Bis heute braucht Gabriele keinerlei Medikamente mehr. Sie kann gut schlafen und nimmt aktiv am Leben teil: „Ich kann sogar wieder arbeiten! Und meine Familie freut sich, dass ich mich nicht mehr zu Hause verkriechen.“ ■

### SO WIRKT DIE RADON-WÄRMETHERAPIE

Im Heilstollen strahlt der Fels Wärme ab: Die Luft ist 37 bis über 40 Grad warm, sehr feucht und enthält das schwach radioaktive Edelgas Radon, das man über Lunge und Haut aufnimmt. Radon regt die Reparatur von Zellen an, setzt Glückshormone und entzündungshemmende Botenstoffe frei. Die feuchte Luft überwärmt den Körper leicht, er wird besser durchblutet und entspannt sich. Das hemmt Schmerzen und wirkt sich positiv auf die Erschöpfung aus, die bei Fibromyalgie ebenfalls typisch ist.